

BAB VI: KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berasarkan hasil penelitian mengenai hubungan konsumsi gluten, lemak hewani, dan sayuran nightshade dengan kekambuhan (eksaserbasi) lesi psoriasis pada Komunitas Psoriasis Indonesia, maka dapat disimpulkan:

1. Sebagian besar anggota Komunitas Psoriasis Indonesia mengalami kekambuhan psoriasis (74,5%).
2. Sebagian anggota Komunitas Psoriasis Indonesia sering mengonsumsi gluten (51,6%).
3. Sebagian besar anggota Komunitas Psoriasis Indonesia jarang mengonsumsi lemak hewani (74,5%)
4. Sebagian besar anggota Komunitas Psoriasis Indonesia sering mengonsumsi sayuran *nightshade* (79%)
5. Terdapat hubungan antara konsumsi gluten dengan kekambuhan psoriasis pada komunitas Psoriasis Indonesia (p-value 0,0001)
6. Terdapat hubungan antara konsumsi lemak hewani dengan kekambuhan psoriasis pada komunitas Psoriasis Indonesia (p-value 0,0001)
7. Terdapat hubungan antara konsumsi sayuran *nightshade* dengan kekambuhan psoriasis pada komunitas Psoriasis Indonesia (p-value 0,006)

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Anggota Komunitas

Diperlukannya kesadaran untuk selalu memperhatikan pola makan sehari-hari untuk mencegah timbulnya lesi baru yang dapat mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup di masa mendatang.

6.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

1. Diperlukannya penelitian lebih lanjut mengenai gizi dan penyakit autoimun karena penderita penyakit autoimun berisiko besar memiliki penyakit komorbiditas lain yang dapat mengancam nyawa
2. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan menjadikan data penelitian ini sebagai salah satu referensi serta dapat menggunakan metode lain dalam penelitian

